Młoda Matka

TREŚĆ NUMERU:



To fotografia dobrze nam znanego z artykułów Mareczka.

Waga w czasie wakacyj.

Wchodzimy w pełny okres wakacyjny.

Po długotrwałym zimnie ustala się wreszcie pogoda słoneczna, a wraz z nią i nasze plany wakacyjne razem ze stertą wakacyjnych kłopotów. Miejsce wyjazdu wybrano wreszcie po długotrwałych naradach i poszukiwaniach, furę na rzeczy zamówiono na dzień określony, szykujemy więc gorączkowo cały arsenał rzeczy najbardziej niezbędnych i użytecznych w okresie kilkumiesięcznego czasem rozstania z domem.

Oczywiście, spis tych rzeczy potrzebnych, zaczyna się od pozycyj obejmujących „wyposażenie wakacyjne" małego jegomościa, dla którego ryzykujemy cały wyjazd. Jadą więc sterty pieluszek, łóżeczko, wózek, materacyki, poduszeczki, wanienka, bielizna i ubranka młodego obywatela, bateria wreszcie buteleczek i garnuszków różnego kalibru i przeznaczenia—kuchnia wakacyjna małego, wraz z dziesiątkiem innych, mniej lub więcej potrzebnych przedmiotów. Świadomie czy nieświadomie tylko, zapominamy o sprzęcie może najważniejszym, bo niezastąpionym przez żaden inny — którego znaczenie w okresie zdrowia porównać by można chyba tylko ze znaczeniem termometru w okresie choroby. Myślę tu o wadze do ważenia niemowląt.

Ważenie w obecnym systemie kontroli zdrowia niemowląt i ich prawidłowego rozwoju, stanowi bardzo poważny miernik i przyczynia się do właściwej oceny ich stanu więcej niż jakikolwiek inny sposób. Wszelkie oceny „na oko" (wygląd, zachowanie się dziecka, humor) mają tylko znaczenie bardzo przybliżone i ograniczone i nie stanowią trwałej podstawy do wyprowadzania wniosków o właściwości sposobu odżywiania, a częstokroć i pielęgnacji dziecka.

To też kontrola wagowa niemowląt nie powinna być „zawieszona" na okres miesięcy wakacyjnych, i owszem, jest to okres, który wymaga kontroli raczej wzmożonej ze względu na kilka czynników, o których zaraz pomówimy.

Przede wszystkim wraz z wyjazdem na wakacje następuje tak znaczna zmiana warunków otoczenia, że nie może się ona nie odbić na systemie prowadzenia dziecka, tym więcej, że ta zmiana warunków wpływa i na nas, wprowadzając nas w stan przejściowej nierównowagi psychicznej, co zwykle odbija się i na dziecku w postaci błędów i niedopatrzeń w jego pielęgnacji i odżywianiu. Wielkość tych błędów częstokroć najlepiej obrazuje właśnie waga niemowlęcia, która winna być dla nas sygnałem ostrzegawczym, a

zaburzenia w krzywej wagi, czerwonym światłem niebezpieczeństwa.

Wakacje są poza tym okresem, w którym chętnie, ze zrozumiałych względów, wprowadzamy pewne urozmaicenia do diety niemowlęcia, w postaci „nowalijek“ jarzynowych, zupek na włoszczyźnie, owoców itp. Równolegle z tym następują pewne modyfikacje diety, zmniejszanie ilości dań mlecznych, inny rozkład posiłków itd. Waga będzie tu jedynym ścisłym miernikiem odpowiedniego postępowania dietetycznego, którego nie mamy prawa wyrzekać się lekkomyślnie.

Zmiana wreszcie warunków w okresie wakacyj dotyczy nie tylko diety, ale i innych czynników jak: powietrze i słońce, których działanie stanowi przecież o prawdziwej wartości miesięcy spędzonych przez dziecko na wsi.

Stanowią one pewne bodźce życiowe, a jako takie muszą być odpowiednio dozowane. Niebezpieczeństwo przegrzania, a nawet porażenia słonecznego, niedostateczny dowóz płynów, zbytnie oziębianie dziecka, stanowią bez wątpienia te czynniki ogólne, które mogą bezpośrednio odbić się na linii rozwoju dziecka.

Działaniem tych czynników należy tłumaczyć fakt, że przyrost wagi u niemowląt jest w półroczu maj—październik wyższy niż w pozostałym półroczu. I znowu waga będzie tu wskaźnikiem najdoskonalszym, czy bodźce życiowe stosowane są w sposób właściwy.

Jeszcze raz zatem podkreślić musimy, że w okresie miesięcy letnich

nie powinniśmy się bez wagi niemowlęcej, własnej czy wypożyczonej, ruszać, pozbawiamy się bowiem przez to instrumentu bardzo czułego, który oprócz tego, że służy dziecku za drogowskaz, zapewnia i nam spokój i psychiczną równowagę, będąc dowodem, że postępowanie nasze w stosunku do dziecka jest bezbłędne.

W Kanadzie istnieje specjalny rodzaj techników i znawców drzewa, którzy obchodząc las, określają handlowo „na oko“ wagę i użyteczność poszczególnych sztuk. Oceny ich są zwykle zdumiewająco trafne.

Nie starajmy się jednak wprowadzać podobnego trybu postępowania w stosunku do naszych dzieciaków, posiadając dla oceny stanu i rozwoju niemowląt metody doskonalsze i

Higiena, pielęgnacja i rozwój dziecka w obrazkach.

Ważenie i mierzenie dziecka.



Mierzenie wzrostu niemowlęcia przy pomocy miękkiej taśmy jest niedokładne.



Mierzenie wzrostu niemowlęcia przy pomocy wzrostomierza suwakowego.



Mierzenie obwodu czaszki dziecka.



Waga niemowlęca suwakowa.



Zastosowanie zwykłej wagi domowej do ważenia niemowląt. Blaszane korytko może zrobić każdy blacharz.



Waga lekarska.



Wzrostomierz przy wadze.



Dokładny sposób mierzenia wzrostu przy pomocy prostokątnej deseczki lub książki. Po zrobieniu kreski na ścianie odmierza się jej wysokość przy pomocy taśmy.

Dr M. Zaks.

Wzrost i waga dzieci do 16 roku życia.

Dane przeciętne na podstawie pomiarów dzieci Stacji Opieki nad Matką i Dzieckiem (0—2 lata), dzieci ogródków Jordanowskich (2—7 lat) i dzieci szkół m. st. Warszawy (7 — 16 lat).

opracowane przez

R. Barańskiego, J. Bogdanowicza i Z. Łomnickiego.

CHŁOPCY			Wzrost w cm	DZIEWCZĘTA		
Waga w kg	Wiek			Wiek		Waga w kg
	lat	miesięcy		lat	miesięcy	
3.55		0			0	3,45
4,2		1	55		1	4,2
4.4			6			4,4
4,7			7		2	4,7
5.0		2	8			5.0
5,3			9			5,3
5,5			60		3	5,5
5,8		3	1			5,7
6,1			2			6,0
6.4			3		4	6,3
6,6		4	4			6,6
6,9			65		5	6,9
7.2		5	6			7,2
7,5			7		6	7,5
7.8		6	8			7,9
8,1			9		7	8,2
8,4		7	70		8	8,5
8,7		8	1			8,8
9,1			2		9	9,1
9.4		9	3		10	9,4
9,7		10	4		11	9.7
10,0		11	75			9.9
10,3			6	1		10,2
10,5	1		7		1	10.4
10,8		1	8		2	10,6
11,0		2	9			10,8
11,3	1	3	80	1	3	11,1
11,5		4	1		4	11,3
11.7		5	2		5	11,5
11,9		6	3		6	11,7
12,1		7	4		7	11,9
12,3		8	85		8	12.1
12,5		9	6		9	12,3
12.6		10	7		10	12.5
12,8		11	8	2		12,7
12.9	2		9		1	13,0
13,2		2	90		3	13,3
13,5		4	1		5	13,[illegible]
13,7		6	2		7	13,8
14,0		7	3		9	14,1
14,3		9	4		10	14.4
14,6		11	95	3		14,7
14,9	3	1	6		2	14.9
15.1		3	7		4	15,2
15.4		5	8		6	15,5
15,7		7	9		8	15,8
16,0		8	100		10	16.1
16,4		10	1	4		16.4
16,7	4		2		2	16,7
17,0		2	3		4	17.0
17,3		5	4		7	17,3

CHŁOPCY			Wzrost w cm	DZIEWCZĘTA		
Waga w kg	Wiek			Wiek		Waga w kg
	lat	miesięcy		lat	miesięcy	
17,6		7	**105**		9	17,6
17,9		9	**6**		11	17,9
18,2		11	**7**	5	1	18,2
18,6	5	1	**8**		3	18,5
18,9		3	**9**		5	18,8
19,3		5	**110**		8	19,1
19,6		8	**1**		10	19,4
20,0		10	**2**	6		19,8
20,3	6		**3**		2	20,2
20,7		2	**4**		5	20,6
21,1		4	**115**		7	21,0
21,5		6	**6**		9	21,4
21,9		9	**7**	7		21,8
22,2	7		**8**		2	22,2
22,6		2	**9**		4	22,6
23,0		4	**120**		7	23,0
23,4		6	**1**		10	23,4
23,9		9	**2**	8		23,8
24,3	8		**3**		2	24,3
24,8		2	**4**		5	24,8
25,3		4	**125**		7	25,3
25,8		7	**6**		10	25,8
26,3		10	**7**	9		26,3
26,8	9		**8**		3	26,8
27,3		3	**9**		5	27,3
27,8	9	6	**130**	9	7	27,9
28,4		9	**1**		10	28,5
29,0	10		**2**	10		29,1
29,5		2	**3**		2	29,7
30,1		5	**4**		5	30,3
30,7		7	**135**		7	30,9
31,3		10	**6**		10	31,6
31,9	11		**7**	11		32,2
32,5		3	**8**		2	32,8
33,2		6	**9**		4	33,5
33,8		9	**140**		6	34,2
34,4	12		**1**		8	35,0
35,0		2	**2**	12	10	35,8
35,7		4	**3**			36,7
36,3		6	**4**		3	37,6
37,0		9	**145**		5	38,5
37,7	13		**6**		7	39,5
38,4		2	**7**		10	40,5
39,1		4	**8**	13		41,5
39,9		7	**9**		3	42,4
40,7		9	**150**		6	43,3
41,5	14		**1**		9	44,2
42,3		2	**2**	14		45,1
43,2		4	**3**		6	46,2
44,1		6	**4**	15		47,7
44,9		8	**155**	16		49,3
45,8		10	**6**			—
46,7	15		**7**			—
47,5		6	**8**			—
48,4		3	**9**			—
49,3		8	**160**			—
50,3		10	**1**			—
51,2	16		**2**			—

ściślejsze. A do takich bez wątpienia należy systematyczne ważenie. Wszelka dowolność i poleganie na własnej spostrzegawczości były nieraz źródłem poważnych błędów i krzywd, wyrządzanych tym, których według praw boskich i ludzkich powinniśmy od tych krzywd chronić!

Dr B. Górnicki.

Odpowiedzi na najczęstsze pytania matek.

O przybywaniu na wadze i sposobie ważenia niemowląt.

1. Czy przyrost wagi odgrywa dużą rolę w ocenie zdrowia dziecka?

Bardzo dużą. Waga należy do najczulszych sprawdzianów stanu jego zdrowia.

2. Ile powinno niemowlę przybierać miesięcznie na wadze?

Niemowlęciu przybywa:
w I kwartale życia — 800—700 g miesięcznie;
w II kwartale życia — 600—500 g miesięcznie;
w III kwartale życia — około 500 g miesięcznie;
w IV kwartale życia — około 400 g miesięcznie.

3. Czy przyrost wagi rozpoczyna się już od pierwszych dni życia dziecka?

Nie. Noworodek w pierwszych dniach życia traci na wadze. Największy spadek wagi przypada zazwyczaj na 3—4-y dzień życia.

4. Czy ten spadek wagi jest duży?

Spadek wagi po urodzeniu bywa różny i zależy w dużej mierze od wagi dziecka. Przeciętnie wynosi on 200—300 g.

5. Czym jest spowodowany spadek wagi noworodka?

Zależy on głównie od niedostatecznej ilości pożywienia w tym czasie, ilości oddanej smółki i znacznej utraty wody przez parowanie.

6. W jakim czasie noworodek winien wyrównać spadek wagi?

W ciągu pierwszych 10 — 14 dni życia.

7. Kiedy niemowlę powinno podwoić wagę, którą miało bezpośrednio po urodzeniu?

Mniej więcej w końcu piątego miesiąca życia.

8. A kiedy waga dziecka zwiększa się trzykrotnie?

Mniej więcej w końcu pierwszego roku życia.

9. Czy te formuły odnoszą się do wszystkich niemowląt?

Nie. Tylko do niemowląt, które

przy urodzeniu miały średnią wagę (3.000—3.500 g). Niemowlęta, urodzone z dużą lub małą wagą (wcześniaki) nie podlegają tym formułom.

10. Czy trzeba rozbierać niemowlę do ważenia?

Tak. Niemowlę powinno być ważone bez ubrania — w grubej pieluszce, którą uprzednio należy wytarować (zważyć).

11. Czy tak samo postępujemy, chcąc sprawdzić, ile dziecko zjadło?

Nie. Wystarczy wtedy zważyć niemowlę w „beciku" przed i po karmieniu.

12. Czy dzienne przyrosty wagi niemowlęcia są jednakowe?

Nie. W codziennych przyrostach wagi niemowlęcia zachodzą duże wahania.

13. Jaki z tego wynika praktyczny wniosek?

Że do oceny przyrostu wagi codzienne ważenie dziecka jest zbędne.

14. A w jakich odstępach czasu należy notować wagę niemowlęcia?

Zależy to od wieku dziecka:
w I półroczu — co 1 tydzień,
„ II „ — „ 2 tygodnie.

15. O czym trzeba pamiętać przy ważeniu dziecka?

O tym, by ważenie odbywało się stale o jednej i tej samej porze dnia.

16. Dlaczego?

By uniknąć wahań zależnych od:
1) pory dnia,
2) przyjmowania posiłków,
i 3) od wypróżnień.

Dr P. Wójciak.

Ze skrzynki do listów.

Ocena wagi dziecka w zestawieniu z wagą, podaną na tablicy.

Pani Halina L. w Piotrkowie.

Zaniepokoiła się Pani tym. że waga czteromiesięcznej córeczki jest niższa od podanej na tablicy.

Liczby, oznaczające tam wagę, wzrost i inne wymiary ciała dziecka stosownie do wieku, otóż liczby te w stosunku do tego czy innego wa-

żonego dziecka wymagają pewnych poprawek. Są to liczby przeciętne i oparte na założeniu, że przeciętna waga dziecka przy urodzeniu jest wyższa niż 3000 g.

Ponieważ dzieci nasze z taką akurat wagą nie zawsze się rodzą, stąd wynika wniosek, że do wagi, oznaczonej na tablicy, należy wnieść odpowiednią poprawkę.

Zachowany jest również na tablicy stosunek wzrostu dziecka do jego wagi. Licząc się z tym, wnosimy również do wagi ważonego dziecka odpowiednią poprawkę.

Jeżeli np. wzrost badanego dziecka jest wyższy, niż wskazany na tablicy, to i waga naszego dziecka musi być większa. Również i odwrotnie. A zatem, możemy cieszyć się lub martwić wagą naszego dziecka dopiero po pewnych uzupełnieniach.

Być może więc, że waga Pani córeczki w świetle tych rozważań jest akurat dobra, albo bliska właściwej. Nie może np. waga dziecka trzymiesięcznego, które urodziło się z wagą 2.500 g równać się wadze dziecka w tymże wieku, jeżeli ono przyszło na świat z wagą 3.500 g.

Nie może nas radować wysoka waga dziecka nalanego, otyłego, tak samo musimy tolerować małą wagę dziecka, którego wszystkie wymiary ciała są niższe, niż przeciętne podane na tablicy.

Poza tym tablica wagi i innnych wymiarów ciała dziecka, z której Pani korzysta, jest niemiecka. W dzisiejszym numerze Młodej Matki znajdzie Pani tablicę opartą na pomiarach dokonanych na polskich dzieciach. Tablica ta więc będzie więcej dla Pani miarodajną.

Tych parę rozważań podałem tu, w tym celu, żeby Panią przekonac, że liczby podane w tablicy są tylko orientacyjne, należy więc z nich umieć korzystać.

Dr St Średnicki.

Podsłuchane rozmowy.

(Mój mały synek jest piękny).

— Poradź mi, moja droga, w kłopocie — zwróciła się do mej siostry jej serdeczna przyjaciółka — wiesz, jaki mój Bogdanek jest ładny, piękny niemal. Zdaję sobie z tego doskonale sprawę, ale to nie znaczy, żeby to jego piękno fizyczne było dla mnie wszystkim, przesłaniało mi świat cały i... jego samego.

— Jego samego?

— No tak, bo wolę mieć syna o pięknej strukturze duchowej, niż fizycznej. Zauważyłam, że piękni mężczyźni, a choćby tylko ładni, są przeważnie jacyś zarozumiali, jacyś... ograniczeni, bardziej płytcy. Nie rzadko można spostrzec, iż chodzą w nimbie swej urody, jak bogowie, których

trzeba uwielbiać. Ba, są pewni tych uwielbień. Jeśli do takiego „wybrańca" (a niewiele mu potrzeba, żeby się czuł wybrańcem) zbliży się kulturalna dobra kobieta, jest dla niego uprzejma, grzeczna, a ma nieszczęście uczynić mu jakąś przysługę — to napewno dlatego, że, według jego przeświadczenia, jest zachwycona jego urodą itd. Odpychające typy!!

— Ależ Amazonka z ciebie! Weź jednak pod uwagę, że same kobiety mogą zepsuć... nawet bardzo sympatycznego „typa".

— Mam jednak prawo przewidywać, iż z zarozumiałego chłopca wyrośnie nieciekawy mężczyzna.

— Nie zauważyłam w Bogdanku cech zarozumiałości.

— Pozór. Zresztą „zbogaci" się w nie za rok. Słyszy wokół siebie tylko zachwyty, a ja nie mam już sił ani sposobów, żeby go od tych pochwalnych dymów izolować. Wiem, że wychowałaś córkę, która jest tak skromna jak śliczna. W dzieciństwie była piękna, bo widziałam jej fotografie. Na pewno zachwycano się nią wokoło. Co wtedy robiłaś?

— Przede wszystkim n i k t w domu nie mówił jej o tej urodzie, a następnie k a t e g o r y c z n i e poprosiłam krewnych i znajomych, aby byli łaskawi zastosować się do mojego systemu.

— Pomogło?

— O, dochodziło do tego, że ekspediowałam Marychnę z domu, gdy przychodziły z wizytą niektóre panie. Robiłam to w y r a ź n i e , żeby odczuły i zrozumiały moje bardzo poważne stanowisko w tym względzie. Doszło do tego, iż w niektórych domach

przestałam bywać. Z początku było bardzo nieprzyjemnie i dużo mnie to wszystko kosztowało, ale powoli różne rzeczy się zatarły i — na ogół — zastosowano się do mnie.

— A co robiłaś z całą plejadą spacerowiczów, z tymi wszystkimi nieznośnymi paniami, które żyć nie dają pięknemu dziecku, gdy się je prowadzi na przechadzkę?

— Starałam się unikać „zgiełku", a ci z którymi stale spotykałam się na przechadzkach, mieli dane do zrozumienia lub wprost powiedziane, iż bardzo życzę sobie: żeby nie zwracano uwagi na Marychnę.

Największy jednak nacisk kładłam na dom. Dokąd Marychna sama nie zaczęła kontemplować w lusterku swojej urody (a zaczęło się to w jej szóstym

roku), nikt jej tego lusterka przedtem nie zastępował. Później staraliśmy się „umniejszać" jej urodę przez odpowiednie reagowanie, przede wszystkim zaś zwracaliśmy jej uwagę na co innego, podsuwaliśmy inne tematy itd.

— Nie bardzo rozumiem.

— Np.: była na spacerze, widząc jakąś drugą dziewczynkę, poprawiała sobie kokardę — zapraszałam często tę dziewczynkę do wspólnej zabawy i tak kierowałam wszystkim, żeby moja córeczka zapomniała o kokardzie, o swej pięknej buzi, a bawiła się serdecznie i przy okazji oceniła dobroć i grzeczność tamtego dziecka. Przeglądała się w domu w lusterku—wysuwałam nagłą potrzebę obejrzenia roślinek w doniczkach, czy nie wymagają podlania lub prosiłam Marysię, żeby tu lub owdzie kurz wytarła itd. Bardzo rzadko zwracałam uwagę słowami w sensie: „Odejdź od lustra", „Nie zachwycaj się sobą", „To nieładnie"... Takie zwracanie uwag jeszcze bardziej absorbuje dziecko danym tematem.

Później... Widzisz, tutaj nie mogę dawać przykładów i rad, bo z dziewczynką w rozwojowym wieku trzeba trochę inaczej postępować niż z chłopcem. Zresztą wiek rozwojowy w tej chwili nie obchodzi cię. Bogdanek ma dopiero 5 lat.

— Jedna z moich znajomych namawia mnie, żebym fotografię Bogdanka posłała na konkurs piękności dzieci, organizowany przaz jakąś tam firmę.

— Nie radziłabym.

— Ale można będzie zarobić 100 zł. Nie dziw mi się, że myślę o tym: mam nie zapłacone komorne za bieżący miesiąc.

— Tak, życie nie jest poematem. Będziesz zmuszona — zaprowadź syna do fotografii, ale niech on nie wie nic o konkursie, ani przed nim ani po nim.

Najważniejsza jednak rzecz — wyrobić w dziecku wewnętrzną przeciwwagę, któraby mu nie pozwoliła przechylić się w stronę małostek życiowych. Powiem ci na zakończenie — bo muszę już zająć się obiadem — że świadomość własnej urody nie jest wielkim złem. Nawet—może wydać bardzo ciekawe rezultaty. Co powiesz o kulcie piękna w całym znaczeniu tego słowa, tj. o rozpanoszeniu się piękna duchowego, które albo musi mieć gotowe albo stworzy sobie piękne formy?

— Tak zakończyłaś?

— A tak. Tylko z Bogdankiem masz jeszcze dużo czasu. Nie zapomnij jednak—stosując nawet najlepsze systemy i „chwyty" pedagogiczne — wziąć za punkt wyjścia indywidualność swego syna... No, zabawiajcie się Panie same, uciekam do kuchni.

Janina Stawe.



Niedźwiedzia przysługa.

Zamek od łazienki w przedszkolu często się zacina. Na tę ewentualność przewidziana jest pomoc w postaci kołeczka od sprawunków, schowanego w szufladzie od stolika w przedpokoju. Dziecko przy pomocy tego kołka potrafi samo przekręcić klucz w zamku.

Tomaszowi upadło na ziemię jabłko — zbyt skwapliwie je obierał. Staje bezradny.

— Co teraz zrobisz, Tomaszu?

— Muszę umyć.

Idzie Tomek do łazienki i po chwili woła:

— Proszę pani, ja nie mogę otworzyć!

— A czym my zawsze otwieramy, jak się zatnie?

— Nie pamiętam.

— To sobie przypomnij.

— Acha. kołeczek.

Po chwili:

— Proszę pani, nie ma kołka.

„Pani” idzie do przedpokoju, zagląda do szuflady, a tam pełno papierów. Odsunęła je — kołek jest.

— Jest kołek, Tomku.

I pani wraca do dzieci. Znów głos Tomasza:

— Proszę pani, ja i tak nie mogę otworzyć.

Myśli sobie pani, że może się mocniej zacięło, śpieszy na pomoc. Drzwi otwierają się łatwo. Zamyka je i mówi to Tomkowi. A chłopak wyciąga do pani prawą rękę z jabłkiem (lewą — gapa — otwierał) i:

— Niech mi pani potrzyma.

— A jakbyś sobie poradził, młodzieńcze, gdyby mnie tu nie było?

Ogląda się młodzieniec, dostrzega półkę, kładzie na niej jabłko. „Pani”.

już spokojna o dalsze jego losy, odchodzi.

Poco było tak męczyć chłopaka: „a czym, a gdzie, a pomyśl“? Czy nie prościej byłoby otworzyć chłopcu drzwi do łazienki zaraz po pierwszej jego prośbie? Prościej, ale nie miałoby to żadnej wartości wychowawczej, przeciwnie — mogłoby się stać czynnikiem demoralizującym: wpłynąć na utwierdzenie się Tomasza w biernej postawie wobec trudności i przeszkód życiowych, z których wybawi go zawsze starszy. Rola Tomka ograniczy się tylko do wezwania o pomoc.

„Nudne“ zachowanie się wychowawczyni może mieć wartość pedagogiczną: może przyczynić się do wyzwolenia w Tomaszu aktywnej postawy wobec życia, do obudzenia w nim śpiącej samodzielności.

*

Piętnastomiesięczne dziecko siedzi w kojcu. Rzuciło grzechotkę — wypadła za sztachety. Zrywa się matka, biegnie, podnosi zabawkę podaje dziecku. Poco? Czy z tego dziecko większy pożytek będzie miało, niż z tego, że się pomartwi brakiem zabawki, może nawet zapłacze i... zacznie myśleć, jak ją zdobyć z powrotem? Wyciągnie rękę przez sztachety — nie dosięgnie. Znów pomyśli — i chwyci trąbkę, trąbką przyciągnie grzechotkę.

Rozwija się dziecko w ten sposób, rozwija swój umysł i charakter: myśli i staje się samodzielne, zaradne. Nie trzeba mu w tym przeszkadzać zbyteczną pomocą.

jej pociesze zabawkę, nim jeszcze zdążyło poprosić. Poco? Poco tak śpieszy się matka, czemu robi wszystko, żeby swoje dziecko uchronić od myślenia i zaradności?

Nie podchodź, matko do okna, udaj, że jesteś tak zajęta, że nie widzisz niczego. Zobaczysz z dumą, jak twoje dziecko po pewnym namyśle rozejrzało się dokoła, przysunęło sobie z wysiłkiem krzesło do okna (już się zrywasz, żeby mu pomóc, ale opanowujesz się i zostajesz na miejscu), wchodzi na to krzesło. Nagle obsuwa się i wisi na brzuchu, głowa i nogi w powietrzu. Ale nie jest takim niedołęgą, za jakiego je miałaś, ani takim mazgajem (gdybyś wtedy podbiegła — rozpłakałoby się pewnie) — zaczyna na nowo. Wreszcie stanęło na krześle. Ale — o dziwo! nie bierze misia, nawet na niego nie patrzy—zapomniało o nim, takie przejęte wchodzeniem, wdrapywaniem się na krzesło. Schodzi ostrożnie i znów wchodzi, tym razem już lepiej niż poprzednio. I tak kilka razy. Widać wysiłek i triumf po „zdobyciu szczytu“. A tego przeżycia chciałaś niebacznie pozbawić je, matko. Sądziłaś, że otrzymanie misia, i to w tej właśnie chwili, natychmiast, jest dla twego dziecka najważniejsze — i najbardziej pożyteczne dla jego rozwoju.

Nie, rozwój dziecka nie ucierpi na tym, że miś dostanie się w jego ręce o pół godziny później — ale ucierpi, gdy odbierzemy dziecku możność zdobycia zabawki własną myślą, własną pracą, własnym trudem, a często i bolesnym doświadczeniem.

Dwulatek stoi przed oknem—chce dostać misia, który siedzi na parapecie. Troskliwa matka podaje swo-

Dziecko koniecznie chce samo otworzyć drzwi. „Ręce nas świerzbią“, żeby je wyręczyć — opanujmy się. Pozwólmy, choć to trwa znacznie dłużej, niżby nam to było na rękę. Ale się przecież nie pali.

Chce jeść samo. Znów: miejmy cierpliwość, nie pomagajmy, nie śpieszmy wyręczyć. Nie tylko to jest ważne, żeby zjadło — ważne jest i to, żeby zjadło samo, choćby się miało „nawet“ ochlapać.

Przyzwyczajone, że się je ubiera. Zmieńmy to niedobre przyzwyczajenie, najwyższy już czas. Od niemowlęctwa powinno już było współpracować z matką przy ubieraniu; z wiekiem część jego coraz bardziej rosnąć powinna, część matki coraz się zmniejszać. Czteroletnie dziecko może już bez **ż a d n e j** absolutnie pomocy starszego się obejść (wiązanie na kokardkę, zapinanie haftek pod samą szyję i guzików na plecach — to dopuszczalne wyjątki).

Zaproponujmy więc trzyletniemu, żeby zasznurowało sobie buty. Zdziwi się. Jeżeli nie rozpuszczone — ucieszy po chwili. Ale pamietajmy, że nie dwie minuty, a dwadzieścia może trwać sznurowanie. To trzeba przewidzieć. Na to czasu nie można żałować, bo to niemniej kształci i rozwija, niż tulenie lalki, puszczanie bąka, ustawianie klocków.

Pięcioletnie nie umie zapiąć kożucha. Nie wyręczajmy go, a sprawdźmy, jak to robi. Może chwyta za brzegi kożucha i zakłada z uporem jeden na drugi? Wtedy spytamy:

— Na co się kożuch zapina?

— Na haftki.

— Przyjrzyj się haftkom.

Niech dziecko samo dojdzie do wiedzy o dwóch rodzajach haftek i o tym, że jedna musi o drugą zaczepić, żeby się zapięło.

To trwa długo, prawda — ale to rozwija: uczy myśleć i uczy dawać sobie samemu radę.

Nie mówmy ciągle: ten but nie na tę nogę, na inną — gdy włoży lewy na prawą—ale powiedzmy, by spojrzało na nogi, by przyjrzało się butom — może samo odkryje różnicę między prawym a lewym. Pewno jednak nie odkryje od razu. To nic, zapuściliśmy w jego myśl haczyk-zagadnienie, powróci do tego jutro lub za parę dni. A na dziś? dziś niech próbuje dalej wkładać lewy but na prawą nogę i niech się „na własnej skórze" przekona, że coś nie tak...

★

Dzień powszedni nastręcza nam tysiące okazji dawania dziecku wskazówek i wyręczania go w pracy.

Wyręczanie dziecka, to niedźwiedzia przysługa, przysługa, która w imię chwilowej wygody dziecka i naszej zabija w dziecku cenne wartości.

Jeżeli zdamy sobie sprawę z tego, że przez dawanie dziecku ciągłych wskazówek postępowania uniemożliwiamy mu samodzielne myślenie, a przez wyręczanie go w pracy uniemożliwiamy mu i myślenie i działanie — to zawrócimy z błędnej drogi i pozostawimy dziecku maximum swobody działania i myślenia.

Krzywdzi swoje dziecko ta matka, która wykonywa za nie te czynności, które dziecko może wykonać samo.

Irena Chmieleńska.

Wstręt — zarodkiem okrucieństwa.

Park. Po niebie szybko mkną postrzępione wiatrem obłoki. Białe łabędzie o wężowych szyjach prują powierzchnię stawu, zostawiając rozdwojoną smugę na wodzie.

Gdzie okiem sięgnąć mrowie dzieci. Chłopiec ciągnie wózek na nie obracających się kołach, dziewczynka tuli w ramionach szorstkowłosego misia. W swej zielonej falbaniastej sukience przypomina wyrośniętą sałatkę. Inna zasłania ręką oczy i skacze jak wróbel na pokratkowanych liniach „człowieka".

— Kaziu, co masz w ręku? pokaż! glista. fe, rzuć zaraz.

Dziecko myśli:

— Jeszcze się trochę przyjrzę, posuwa się tak śmiesznie, kurczy i rozprostowuje tułów, pani w przedszkolu mówi, że to dżdżownica, jest pożyteczna, wzrusza ziemię.

Gdy Kazio nie słucha. matka zrywa listek, strąca z obrzydzeniem glistę z ręki dziecka i przydeptuje pantoflem.

— Nie ma—myśli Kazio—szkoda!

— Nie rozumiem, czemu ten mój Kazik jest taki nieobrzydliwy, wszystko weźmie do ręki, nie odczuwa wstrętu przed żabą, ćmą, chrabąszczem! nie znoszę chrabąszcza, sam szelest jego skrzydeł przyprawia mnie o dreszcze...

— Nie tłumiłabym tych uczuć w dziecku—odzywa się, siedząca obok towarzyszka, rozbudzanie wstrętu może spowodować żądzę tępienia, myślę, że nieuzasadniona niechęć w tym kierunku jest nam przez wychowanie narzucona.

— Kiedy ja nie mam żadnej niechęci do chrabąszcza, tylko niech będzie ode mnie zdaleka i nie brzęczy mi nad uchem... pamiętam, że w dzieciństwie ktoś mi go wrzucił za kołnierz i od tej chwili...

— A widzisz, coś podobnego popełniasz obecnie z Kaziem. Nie chcę bynajmniej służyć ci za przykład lecz z moją Hanią postępuję inaczej.

*

Zajrzyjmy do pokoju Hani. Prowadzi ona na wiosnę hodowlę gąsienic, zbiera liszki i umieszcza w tekturowym dziurkowanym pudełku, by miały dostęp powietrza. Karmi je świeżymi listkami. Ileż będzie miała radości, gdy wylęgną się ćmy i motyle!

Gdy wraca, wita ją pies, skacze do ręki, wie, że Hania zawsze o nim pamięta.

Kazio pragnąłby także mieć jakieś żywe stworzenie w domu, choćby kota, ale matka jego ma uprzedzenie do kotów.

— Kot to fałszywe zwierzę...

— Więc może świnkę morską lub maleńką białą myszkę?

— Mnożą się bardzo i psują powietrze...

Kazio każdą wolną chwilę spędza w domu Hani.

Na oknie u niej pełno doniczkowych kwiatów, niektóre kwitną.

— Sama je podlewam i pielęgnuję, przyzwyczaiły się do mnie — twierdzi z powagą—bo ja tylko jedna wiem, co one lubią.

— Dziś ładny dzień Haniu, zaproś Kazia, by poszedł z nami na spacer — mówi mama.

— Doskonale, psa naturalnie bierzemy.

Dzieci idą naprzód.

Gdy zbliżają się do ogrodu słońce zachodzi.

Mumusia mówi:

— Jak pięknie!

Dzieci uczą się patrzeć, podziwiają grę barw i cieni.

Siadają na skwerze.

— A teraz każde z was pobiegnie w różne strony, na krótko naturalnie, a gdy wróci, opowie, co widziało po drodze.

Hania jest przyzwyczajona do takiej zabawy.

— Widziałam kwiatek nasturcji z maleńką kropelką rosy...

— Co jeszcze?

— Znalazłam kamyczek, co błyszczy jak przysypany kryształem...

— Dobrze, a ty Kaziu?

Kazio nie dostrzegł nic godnego uwagi.

Dzieci, odczuwające przyrodę, uczą się ją kochać i rozumieć, stają się lepsze i mądrzejsze.

Jeżeli matka nie potrafi wzbudzić miłości do wszystkiego, co żyje we wszechświecie, wychowa dziecko oschłe a często okrutne, wstręt bowiem może się łatwo przerodzić w nienawiść.

To samo dziecko, które wybiera jaja ptasie z gniazd lub rzuca kamieniem za uciekającym psem, pobije w szkole słabszego kolegę, a gdy dorośnie przeniesie swe zdziczenie na inne postępki.

Okrucieństwo u dzieci bywa czasem wrodzone i stanowi objaw zwyrodnienia, lecz niejednokrotnie wyzwalają się te instynkty przez wzbudzanie wstrętu do niektórych stworzeń w dzieciństwie.

Przed kościołem Matki Boskiej Częstochowskiej przy ulicy Łazienkowskiej w Warszawie, dorocznym zwyczajem w dn. 11 października ustawiają się długim szeregiem dzieci ze swymi ulubieńcami. Nie brakuje i starszych.

Znalazły się tam psy, koty, króliki, białe myszy, gołębie i kanarki w klatkach.

Przyprowadzono je lub przywieziono po tradycyjne błogosławieństwo.

Uboga dziewczynka otula podartą chustką małego, burego kota...

*

Znam chłopca, który codzień mówi pacierz ze swym psem—bernardem i nie może się pocieszyć, odkąd mu powiedziano, że zwierzęta nie mają nieśmiertelnej duszy...

Z dziecka tego wyrośnie napewno dobry człowiek.

Jadwiga Kopciowa.

Odpowiedzi na listy rodziców.

1. *Pani Chwedeńczukowej L.* Odpowiedź wysłaliśmy przez pocztę.

2. *Pani T. Wiśniewskiej.* Po ukończeniu 2 lat dzieci na ogół przechodzą już na zwykłą dietę dorosłych, byle niezbyt ostrą. Dzieci ze skłonnością do pokrzywek muszą unikać pokarmów, wywołujących wysypki.

3. *Pani Alfredzie Koronowej.* 8-miesięczne niemowlę powinno już samo siadać. Sądzimy, że synek Pani wkrótce będzie to robił. Naświetlanie lampą kwarcową w okresie letnim jest niewskazane, przecież lampa kwarcowa tylko zastępuje słońce. Dieta dziecka, liczącego osiem miesięcy życia przedstawiałaby się następująco: 6 i 16^{30} pierś, 9^{30} i 22 — 180 g mleka + 2 łyż. od herb. cukru + 2—3 łyż. od herb. kaszy manny, krakowskiej, mąki sucharczanej lub w ostateczności fosfatyny, 13 — kasza na smaku z jarzyn i jarzyny. Na powyższą dietę dziecko przechodzi stopniowo. Zaparcie dziecka będą regulować otrzymywane jarzyny i soki. Ostateczne odstawienie od piersi Pani synka może mieć miejsce dopiero we wrześniu. Apetyt dzieci latem w czasie upałów zwykle trochę się zmniejsza, nie trzeba się wobec tego zbytnio tym martwić. Preparaty wapnia są naszym zdaniem w chwili obecnej zbędne. Na to, że chłopcu „włoski wcale nie rosną“, nie należy zwracać uwagi.

4. *Pani Zofii Wleklińskiej.* Dezynfekcja zabawek, którymi się dziecko bawiło, gdy było chore na odrę, sprowadza się do porządnego ich wymycia. Opisywać charakteru wysypki odrowej i szkarlatynowej w dziale odpowiedzi na listy rodziców nie jesteśmy w stanie. Odsyłamy Panią do odnośnych broszurek biblioteki „Młodej Matki”.

5. *Pani S. Bidermanowej.* O ile uległo zniszczeniu ucho wewnętrzne dziecka, słuch jego nie może wrócić. 4-letnie dziecko powinno sypiać na dobę około 12 godzin, z tego przynajmniej jedną godzinę we dnie. Dziecko „skazowe“ może dostawać jaja tylko w potrawach. Liczbę jaj, któreby mogło spożyć dziecko Pani, trudno jest ustalić na dystans. O tym decyduje tylko wrażliwość dziecka. W związku z tym należałoby zacząć od jednej łyżeczki od herbaty żółtka dziennie.

6. *Pani R. Lehrerowej.* Doprawdy, nie widząc dziecka, trudno jest udzielić odpowiedzi na takie pytania. Podejrzewamy, że jest to wysypka typu pokrzywkowego. W związku z tym radzilibyśmy zmniejszyć w die-

cie córeczki Pani ilość mleka i soli. Mleka na dobę roczna córeczka Pani może dostawać najwyżej 1½ szklanki, rosołów wcale. Masła na dobę wystarczy jej łyżeczka—półtory. Na skórę dziecka może Pani zastosować pastę Lassara.

Odpowiadamy na postawione nam pytania tylko dlatego, że mieszka Pani daleko od lekarza.

7. *Pani E. H-owej.* 9-miesięczne niemowlę może dostawać 3 razy po 180 g mleka z cukrem (2 łyż. od herbaty) z dodatkiem manny, krakowskiej. przetartych płatków owsianych. oraz 2 razy zupki jarzynowe i jarzyny. Zupki od czasu do czasu mogą być na rosole mięsnym. Z jarzyn można dziecku podawać marchew, buraki, szpinak, sałatę (przygotowaną jak szpinak), kalarepę i inne. Jarzyny powinny być dobrze rozgotowane i przetarte. Śród zup może być i kartoflanka, oczywiście bez śmietany.

8. *„Stałej Czytelniczce"*. Gdy stołeczki dziecka się unormowały dodawanie plasmonu i śmietanki do mieszanki jest zbędne. Wystarczy mu mieszanka o składzie — 2 części mleka, 1 część kleju owsianego + 1 łyż. od herb. cukru + ½ łyż. od herb. nutromaltu Wandera na 100 g mieszanki. Porcja ciągle 150 g. Gdy Pani przejdzie na 5 posiłków, wówczas wielkość ich osiąga 180 g. Będzie to miało miejsce w 6-ym miesiącu życia. W tym czasie jeden posiłek (obiadowy) należy zastąpić kaszką na smaku z jarzyn i jarzynami. Ilość soku cytrynowego lub pomarańczowego, którą powinno dostawać Pani 4-miesięczne dziecko, powinna wynosić koło 5 łyż. od herb. Dodanie soku do mieszanki nie wpływa ujemnie ani na jakość mieszanki ani też soków, o ile tylko mieszanka nie była zbyt gorąca. Na słońce takiego małego dziecka nie należy wystawiać. Na razie niech dziecko śpi w warunkach idealnej ciszy. Przyzwyczajenie dziecka do gorszych warunków snu może się odbywać bardzo stopniowo.

9. *Pani Z. Berezowskiej.* Ma Pani dziecko chore na koklusz i zastanawia się Pani nad tym, czy jest Pani zakaźna dla innych dzieci. Na to pytanie trzeba odpowiedzieć *twierdząco*. W tej chwili jest rzeczą dowiedzioną, że osoby zdrowe mogą być nosicielami zarazków krztuśca i mogą się przyczyniać do szerzenia tej choroby. Poza tym do rozpowszechniania kokluszu przyczyniają się dorośli, chorzy na koklusz, a nic o tym nie wiedzący. Dorośli chorują na koklusz daleko częściej niż to myślano dawniej.

